点検・整備チェックリスト

✓：異状なし　A：調整、注油　△：修理　×：交換　C：掃除その他　ー：装着されていない部品

点検の個所	点検項目	販売時	1回目 2ヵ月	2回目 6ヵ月	3回目 1年	4回目 2年	5回目 3年	6回目 4年	7回目 5年
フレーム・前フォーク	変形、折損、ヒビ割れはないか								
	ヘッド、ハンガー小物にガタや摩耗はないか								
ハンドル	固定は確実か、高さ、ハンドルステムの挿入量は適正か								
	変形、折損、軽く回転するか								
どろよけ	変形、取付は適正か								
キャリヤ	変形、ガタ、折損はないか								
車輪	固定は確実か、フレーム、前フォークに接触していないか								
タイヤ	切傷、摩耗はないか、空気圧は適正か								
リム	変形、振れはないか								
スポーク	ゆるみ、折れ曲がり、切損はないか								
ハブ	ハブナットのゆるみ、玉押しのガタはないか								
ギヤクランク	ギヤ板の振れ、ヒビ入り（軽合金）、曲がり、ガタはないか、締付は充分か								
ペダル	固定は確実か、取付部（クランク側）にバリはないか								
	軸の回転は正常か、変形、カシメ、ねじのゆるみ、ガタ、折損はないか								
ブレーキ	効き具合は適正か								
	レバーの引き代に余裕はあるか、ワイヤ類にサビやほつれはないか								
	ブレーキゴム類（ブレーキブロック、パッド、ライニング）の減りはないか								
変速機	作動は確実か								
ベルト	ヒビ入り、歯欠け、折損はないか、張りは適正か								
チェーン	油切れ、たるみはないか、ギヤとの噛み合わせは適正か								
サドル	固定は確実か、高さ、シートポストの挿入量は適正か								
	取付位置、ガタ、損傷はないか								
ランプ	点灯、照射は正常か、破損はないか、コード切れはないか								
リフレクター	汚れ、ガタ、破損はないか、点灯（テールランプ付）は正常か								
スタンド	作動は正常か、ガタ、変形、折損はないか								
ベル・ブザー	作動は正常か、変形、ゆるみはないか、よく鳴るか								
錠	作動は正常か、変形、ゆるみはないか								
その他	各部のねじのゆるみ、損傷はないか								
注油個所	チェーン、ワイヤ、変速機、ブレーキレバー、スタンドの支点、サークル錠キー穴、ガチャリンコ								

実施店　実施者氏名	実施日	年 ／	年 ／	年 ／	年 ／	年 ／	年 ／	年 ／	年 ／
保証書に印字されている品番および車体番号を転記してください 品番　車体番号	確認印	印	印	印	印	印	印	印	印

パナソニック サイクルテック株式会社

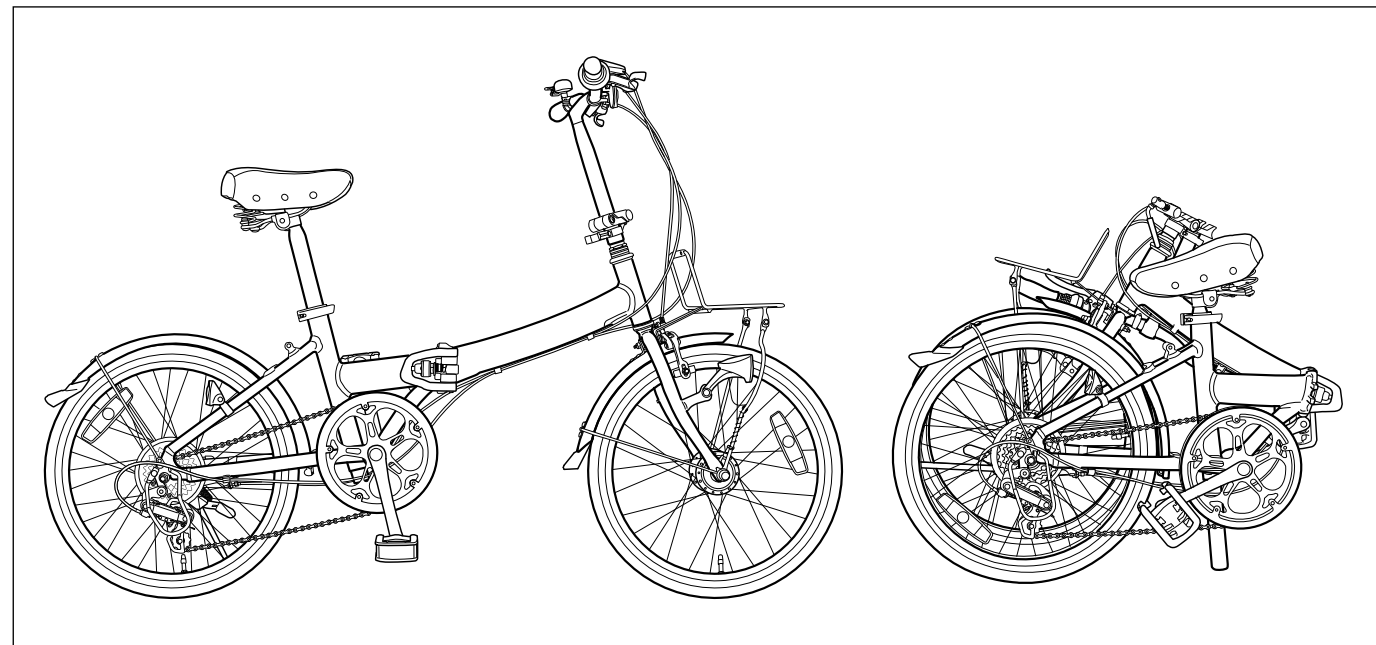
〒582-8501　大阪府柏原市片山町13番13号

NYT1194 G0810-0

Panasonic®

取扱説明書
一般用自転車

ビーンズハウス

品番 B-BH063A

※イラストは、イメージ図を使用しています。形状やデザインが、お買い上げいただいた自転車と異なる場合があります。

このたびは、パナソニック製品をお買い上げいただき、まことにありがとうございます。

- 取扱説明書をよくお読みのうえ、正しく安全にお使いください。
- ご使用前に「**安全上のご注意**」（**2～7ページ**）**を必ずお読みください。**
- 保証書は「お買い上げ日・販売店名」などの記入を確かめ、取扱説明書とともに大切に保管してください。
- 製品を他の人に譲渡される場合は、この取扱説明書を一緒にお渡しください。
- お子様がお使いになる場合は、保護者の方がこの取扱説明書を必ずお読みいただき、正しい乗りかたをご指導ください

お願い

- この自転車は、通勤、通学、買い物などの日常生活用として設計されています。新聞配達など、業務用としてご使用にならないでください。
- 安全のため、ヘルメットの着用をお勧めします。
- 万が一の事故に備え、対人・対物賠償保険に加入されることをお勧めします。
- 必ず、販売店で防犯登録の申請手続きを行ってください。（法令で義務付けられています。）

保証書別添付

もくじ

安全上のご注意(1)

必ずお守りください

人への危害、財産の損害を防止するため、必ずお守りいただくことを説明しています。

■誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を区分して、説明しています。

警告	「死亡や重傷を負うおそれがある内容」です。
注意	「軽傷を負うことや、財産の損害が発生するおそれがある内容」です。

■お守りいただく内容を次の図記号で説明しています。(次は図記号の例です)

	してはいけない内容です。
	実行しなければならない内容です。
	気をつけていただく内容です。

けがをせずに、他の人にも迷惑をかけないために次のことを守りましょう!

■網棚には載せない

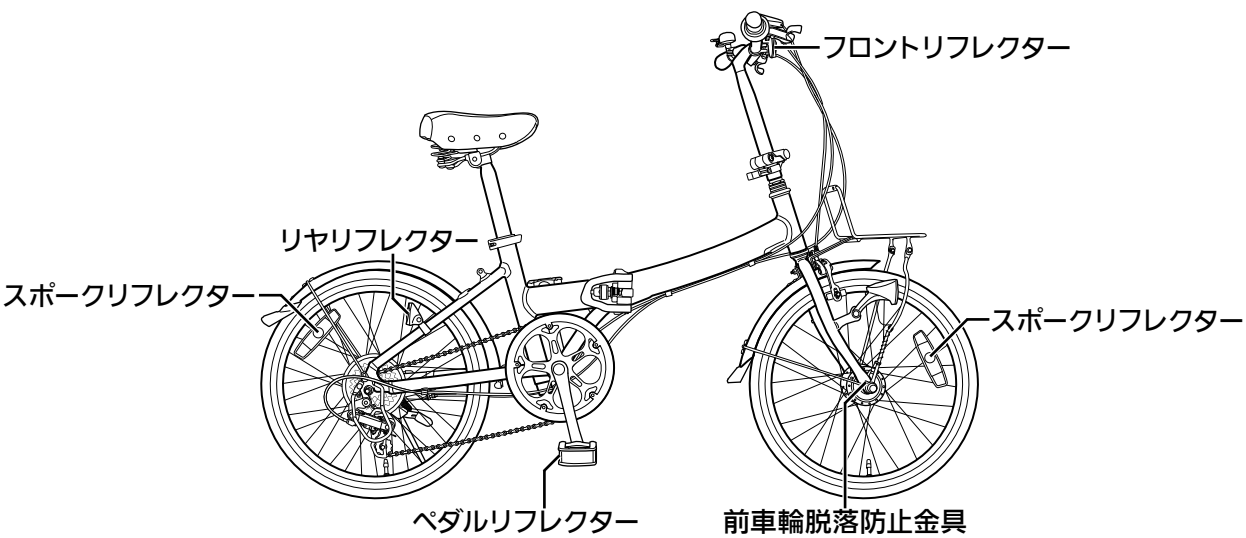
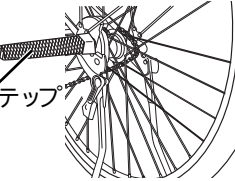
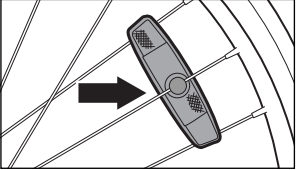
落下しやすく、事故発生によるけがのおそれがあります。

●他の人に迷惑がかからないように車内の隅や足下に置いてください。

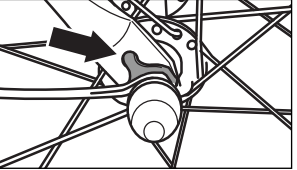
■サドル高さは、上と下にあるはめ合せ限界標識の間で調整する

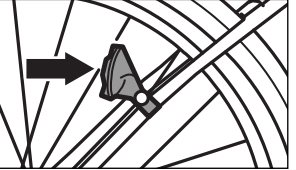
シートポストが折れたり、段差に引っ掛けて転倒によるけがのおそれがあります。

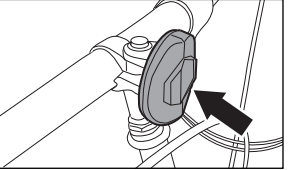
公共の交通機関(列車、バス、地下鉄等)を利用される場合のお願い

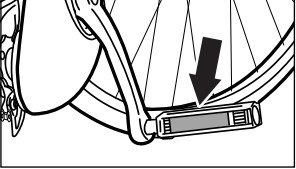
●オプションの輪行バッグに収納してください。
●交通機関の係員の指示に従ってください。
●他のお客様のじゃまにならないように気をつけてください。
●できるだけ安定した床面においてください。落下すると事故の原因になるので、網棚には載せないでください。
●自転車本体やオプションパーツについている警告マークや注意マークは、取り外さないでください。

警告

■改造や分解、また指定以外の注油はしない

分解禁止 注油禁止

部品の破損や、ブレーキが効かなくなって転倒や衝突によるけがのおそれがあります。

■調整後の締め付けを確認せずに乗らない(車輪の脱着やサドルなど)

車輪などが外れて、転倒によるけがのおそれがあります。

■ハブステップなどの突出物を装着しない

歩行者などに、危害をおよぼすおそれがあります。

■安全装置は取り外さない

外したまま使用すると、事故発生によるけがのおそれがあります。

■安全装置

スポークリフレクター

横からの光を反射します

前車輪脱落防止金具

前車輪の脱落を防止します

リヤリフレクター(後部反射器)

後からの光を反射します

フロントリフレクター(前部反射器)

前からの光を反射します

ペダルリフレクター

前後からの光を反射します

※リフレクターが破損した場合は、直ちに新品と交換してください。
(リヤリフレクターが破損したままでの夜間乗車は法令違反になります。)

安全上のご注意(2)

必ずお守りください

乗るまえに

■乗るまえに

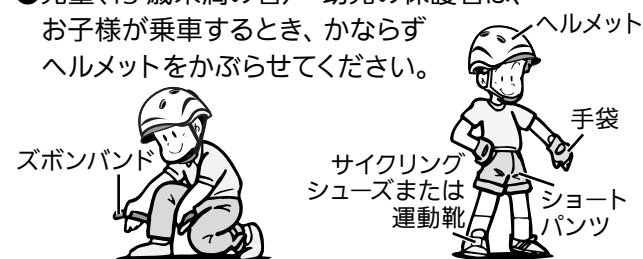
まず体に合わせてください

●図のように販売店で調整してもらってください。
●操作して確認してください。
①円滑なペダリングができる。
②ブレーキや変速機が確実に操作できる。
③ハンドル操作が容易にできる。

必ず点検をしてください

●必ず、取扱説明書をよく読んで点検してください。
●わからないときは販売店に相談してください。
●未組立及び未調整の自転車は使用しないでください。

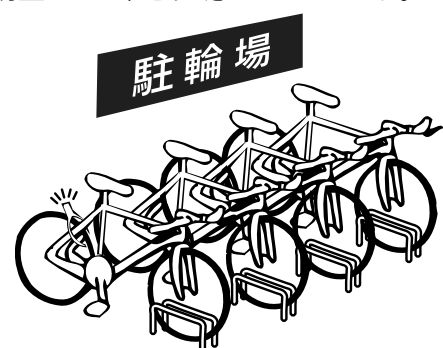
安全な服装で乗ってください

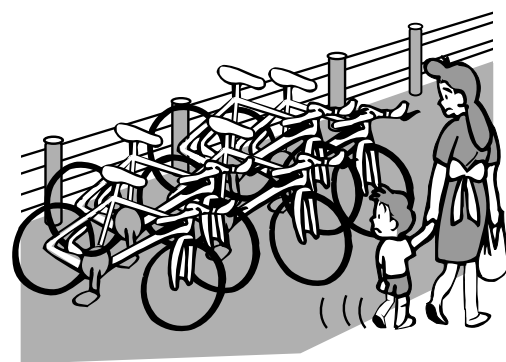
(車輪に巻き込まれやすい服装はしない)
●ズボンの汚れやチェーンへの巻き込み、ギヤへの引っかかり等を防止するために、チェーンやギヤがむき出しの自転車に乗るときは、ズボンの裾をズボンバンドで止めてください。
●児童(13 歳未満の者)・幼児の保護者は、お子様が乗車するとき、かならずヘルメットをかぶらせてください。

乗る練習は必ず行ってください

●練習を空地や公園など安全な場所で、行ってください。
●よく練習してから一般道路でお乗りください。

■乗ったあとは

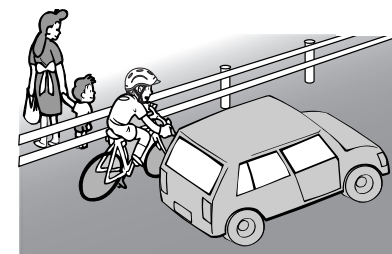
決められた場所に駐輪してください

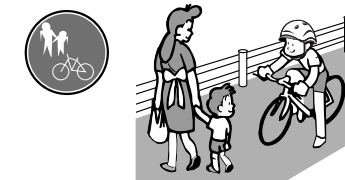
●駐輪するときは、他の人に迷惑にならないよう、決められた場所にとめましょう。
●盗難防止のため、必ず鍵をかけましょう。

自転車放置禁止

●自転車の放置は、他の人に迷惑をかけるばかりでなく、環境悪化の原因となります。絶対に止めましょう。

■自転車の交通安全ルールを守りましょう

※違反すると、道路交通法の罰則を受けることがあります。

自転車は、車道通行が原則です

●歩道と車道の区別のあるところは自転車は車道の左端に寄って通行しましょう。

次の様な場合は、歩道通行ができます

(その時にも歩道は歩行者優先、車道よりを徐行)
●自転車歩道通行可の標識等で指定されている場合。
●運転者が児童、幼児、70歳以上の場合。
●車道や交通の状況からみてやむを得ない場合。

30 kg を超える荷物を積載しない

●ただし、自転車や取扱説明書等へ積載条件の記載がある場合はそちらを守ってください。

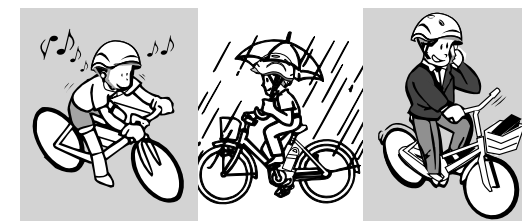
交差点では一時停止と安全確認を

●一時停止の標識を守り、広い道に出る時は、徐行と安全確認を。
●信号機がある場合は、信号を必ず守りましょう。

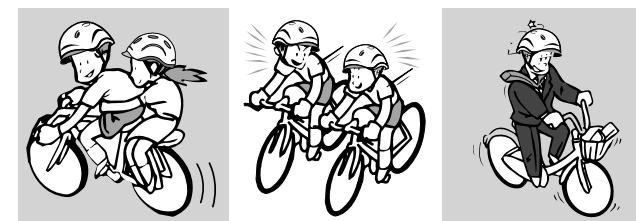
夜間やトンネル内、視界の悪いときは、ランプを点灯して通行しましょう

●夜の無灯火運転は交通違反です。
●暗いところではランプを点けて通行しましょう。

次の様な運転はしない

●ヘッドフォンを使用しながらの運転。
●傘さし運転。
●携帯電話を操作しながらの運転。

二人乗り、並進、飲酒運転は禁止

● 6歳未満の子供を幼児用座席に一人乗せる場合等を除き、二人乗りは禁止です。(幼児二人同乗用自転車を除く)
●「並進可」標識のある場所以外は並進は禁止です。
●飲酒運転は禁止です。

乗るまえに

安全上のご注意(3) 必ずお守りください

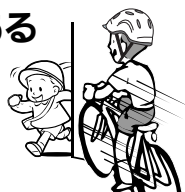
けがをせずに、他の人にも迷惑をかけないために、乗り方や交通ルールを守りましょう。
安全のため、ヘルメットの着用をおすすめします。

交通事故を防ぐために

自動車や子供に注意！
安全を確認し、乗りましょう

車の横を走るときに！

開くドアや人の飛び出しに注意する

学校や公園が近くにあるときに！

子供の飛び出しに注意する

交差点を通るときに！

左折車に巻き込まれないように注意する

転倒事故を防ぐために

こんな時

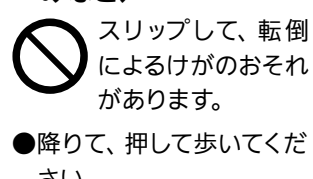
■雨・風・雪のひどいときは乗らない

バランスを崩し、転倒によるけがのおそれがあります。

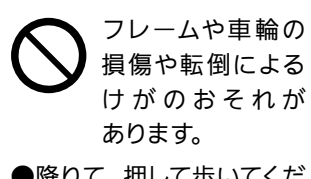
■合図以外は、ハンドルから手を離さない

バランスがとりにくく、転倒によるけがのおそれがあります。

こんな場所

■滑りやすいところでは乗らない（積雪や凍結した道、鉄板やぬかるみなど）

スリップして、転倒によるけがのおそれがあります。

●降りて、押して歩いてください。

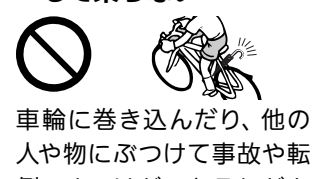
■凹凸の激しいところを走らない（歩道の段差や、溝など）

フレームや車輪の損傷や転倒によるけがのおそれがあります。

●降りて、押して歩いてください。

こんな乗り方

■巻き込みやすい物を車輪やギヤに近接させて乗らない（長いスカートやマフラー、傘やペットのひもなど）

車輪やギヤに巻き込まれ、転倒によるけがのおそれがあります。

■かさやステッキ、釣りざお等を車体に差し込んだり、釣り下げたりして乗らない

車輪に巻き込んだり、他の人や物にぶつけて事故や転倒によるけがのおそれがあります。

■土踏まずやかかとでペダルを踏まない

カーブでつま先が前車輪にあたり転倒によるけがのおそれがあります。

■滑りやすい靴や、かかとの高い靴、厚底靴などをはいて乗らない

ペダルから足が外れ、転倒によるけがのおそれがあります。

■手やハンドルに荷物をかけたり、ペットをつながない

荷物やひもが、車輪に巻き込まれたり、バランスを崩し、転倒によるけがのおそれがあります。

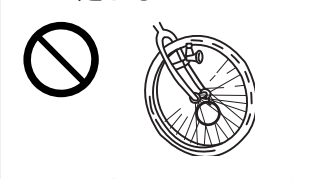
■カーブで曲がる側のペダルを下げない

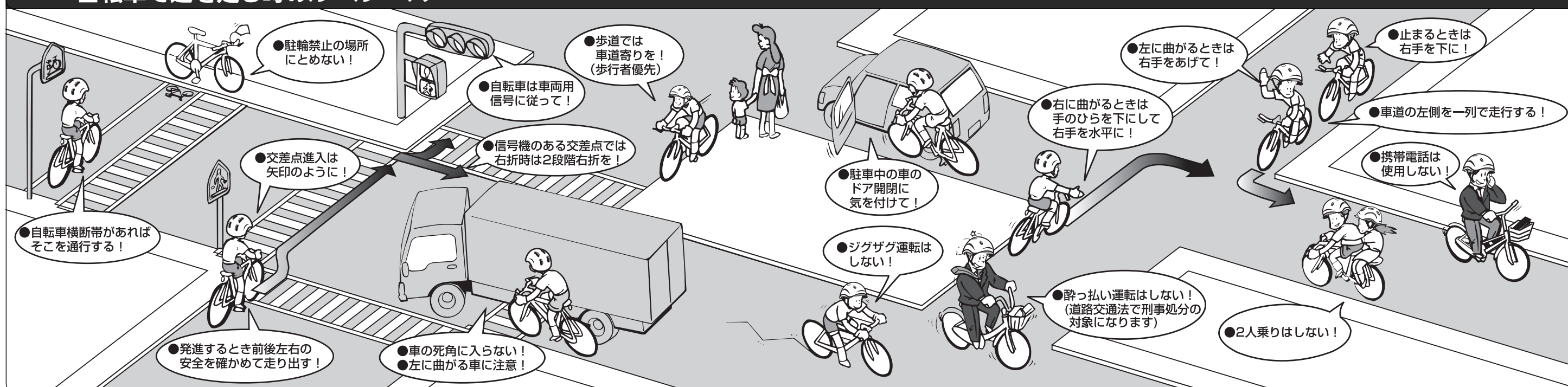
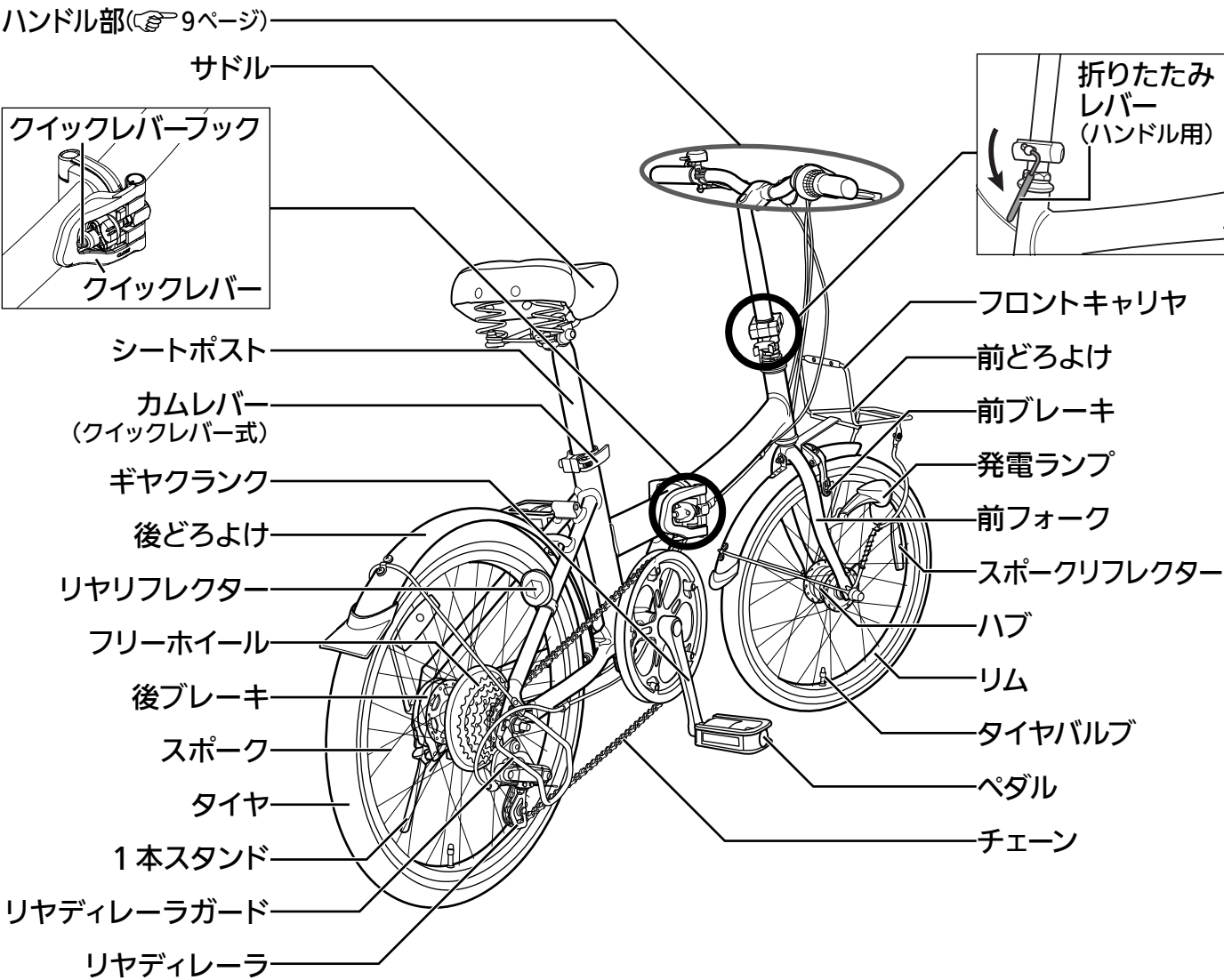
ペダルが地面と接触し、転倒によるけがのおそれがあります。

こんな使い方

■走行以外に使わない（踏み台代わりなど）

転倒によるけがのおそれがあります。

■スポークの間に固形物（ボールなど）を入れて走らない

車輪に巻き込まれて転倒によるけがのおそれがあります。

自転車で道を走る時のルール・マナー

各部のなまえ

■付属品

自転車本体の他に下記のものがすべて含まれていることをご確認ください。

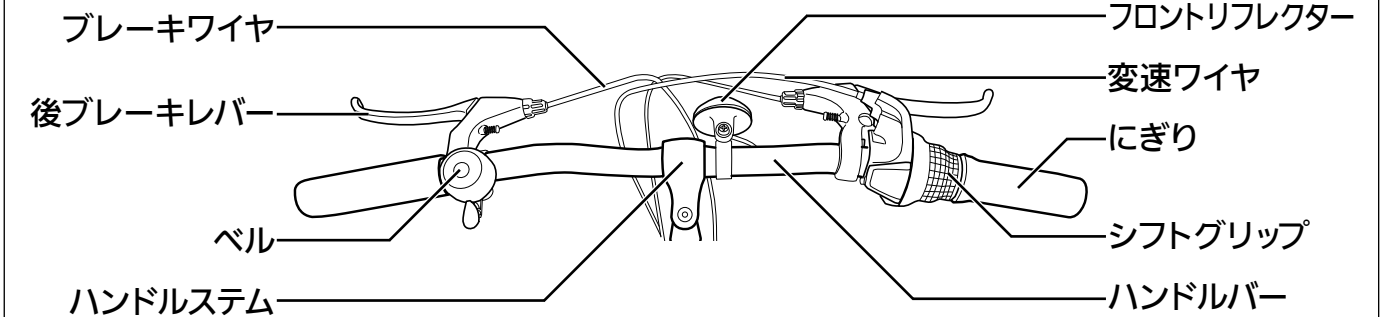
- ●締付けバンド（2本）
- ●取扱説明書
- ●保証書
- ●保証書メーカー控（返送用）封筒
- ●ワイヤ錠（1本）

キー番号プレートは、ワイヤ錠から外して、別の場所に保管しておくことをお勧めします。

⚠警告

■走行時ワイヤ錠を車輪の近くやハンドルにぶらさげない

スポークに巻き込んだり、ハンドルがとられて転倒によるけがのおそれがあります。

■ハンドル部

■車種品番

●車種品番の見方

B-BH063A B

■車体番号（刻印位置右側）

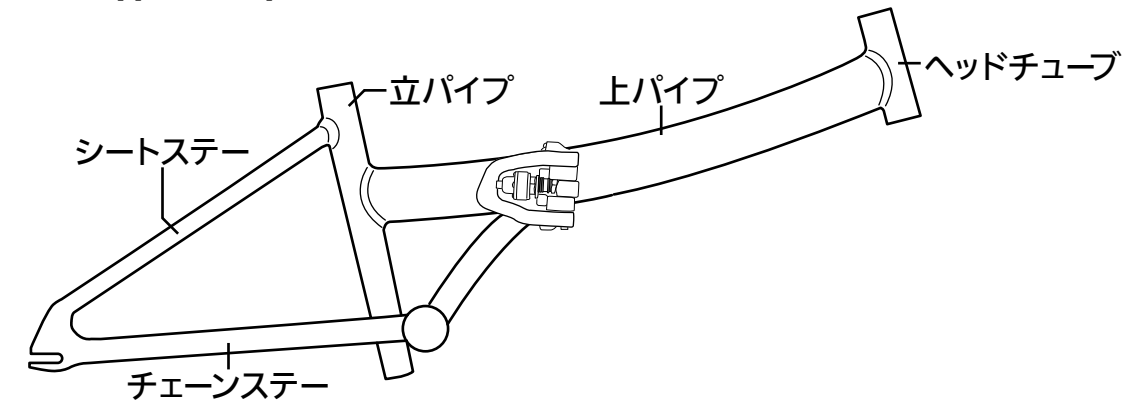
防犯登録に必要で、9文字（数字と英字）で表示しています。

■フレーム体の各部のなまえ

乗るまえの準備(1)

組立手順　わからないときは、販売店にご相談ください。

1. 車両本体(車体部)を組み立てる

⚠警告

■メインパイプのジョイント部分を持って開閉しない

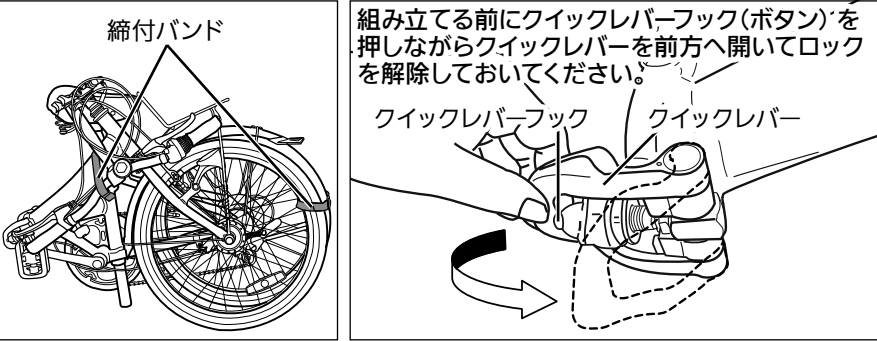
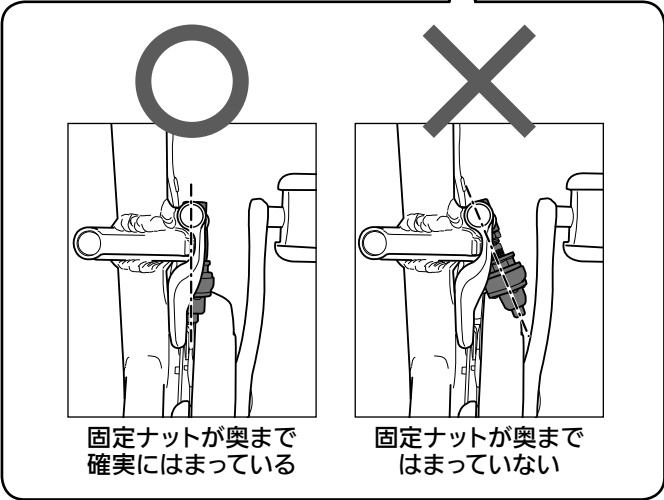
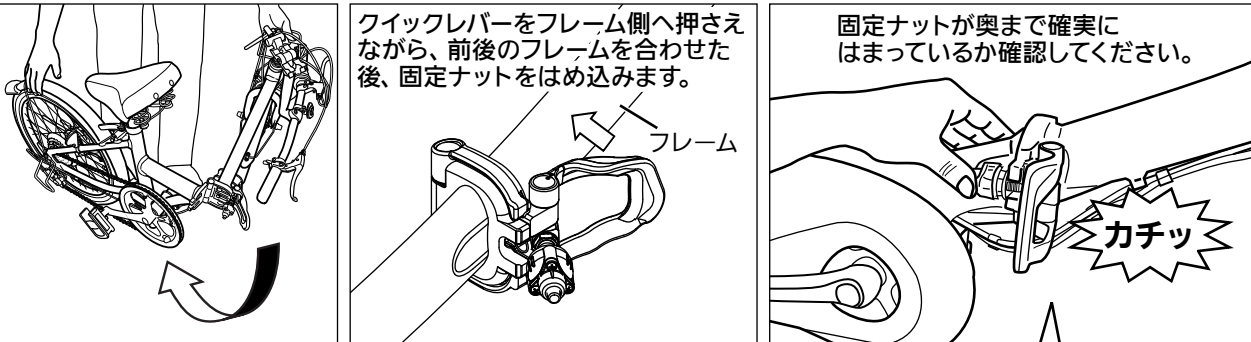
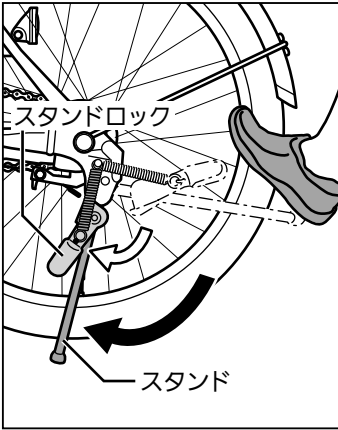
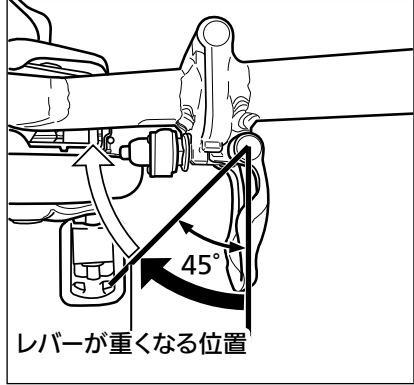
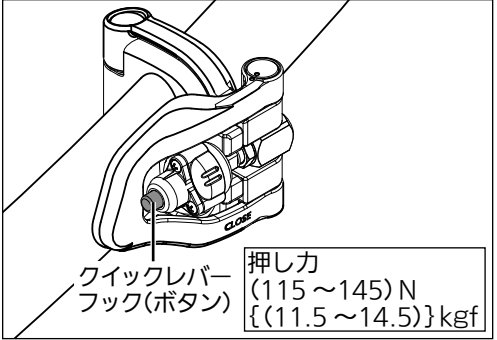
指や手をはさんでけがをするおそれがあります。

■クイックレバーフックをかけて走行する

転倒によるけがのおそれがあります。

■固定ナットが奥まで確実にはまっているか確認する

メインパイプのジョイント部分が開き、転倒によるけがのおそれがあります。

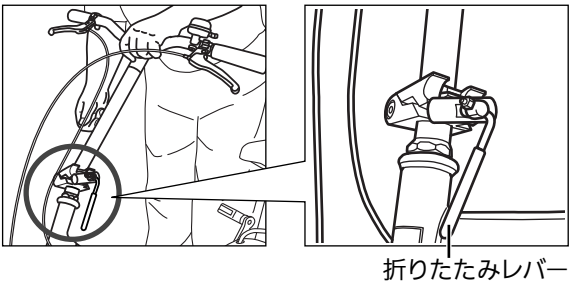
①締付バンドをはずす。

②二つ折りになっている自転車を開き、仮固定する。

③スタンドを立てる。

④クイックレバーを後方へ倒す。

⑤クイックレバーを確実に閉め込み、クイックレバーフック(ボタン)に引っ掛ける。

お知らせ

●クイックレバーの回転が、後方45°の位置を越えても手ごたえがない場合は、販売店に固定ナットの調整をご依頼ください。

●車両本体を組立後、フレームにがたつきがないか確認してください。

2. ハンドルを組み立てる

①ハンドルを起こす。(折りたたみレバーのねじはゆるめておいてください。)

⚠警告

■ジョイント部分を持ってハンドルを起こさない

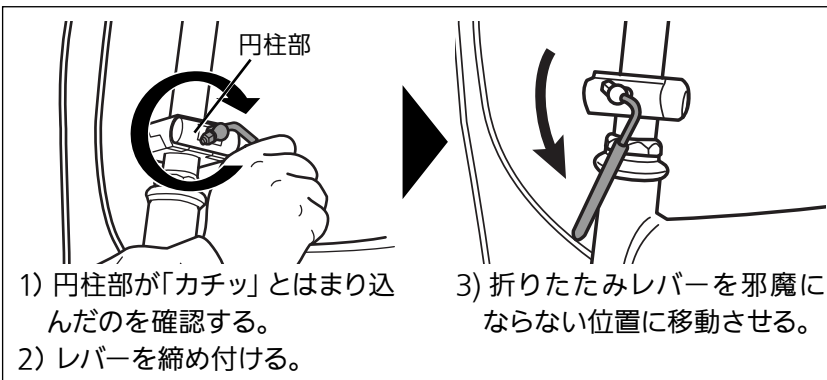
指や手をはさんでけがをするおそれがあります。

■折りたたみレバーは必ず締め付けた状態で走行する

■ハンドルの締付を確認せずに乗らない

走行中、ハンドルが折れ曲がり、転倒によるけがのおそれがあります。

②折りたたみレバーは、時計方向に力一杯締付けた後、邪魔にならない位置に移動させる。(レバー先端に約150 N{15 kgf}以上の力で締め付けてください。)

1) 円柱部が「カチッ」とはまり込んだのを確認する。
2) レバーを締め付ける。
3) 折りたたみレバーを邪魔にならない位置に移動させる。

お願い

●組立後は、ハンドルが確実に固定され、がたつきがないことを確認してください。

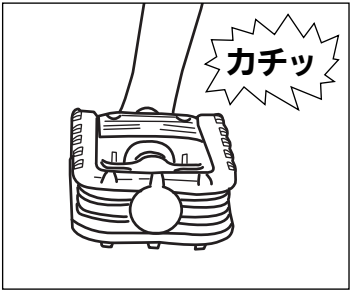
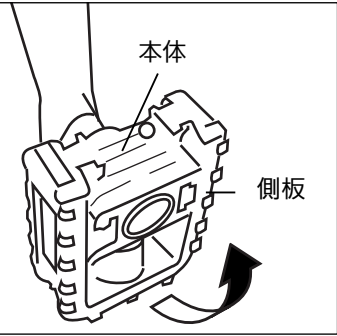
●折りたたみレバーがブレーキワイヤ等に引っ掛からないようご注意ください。

お知らせ

●ハンドルの高さは調整できません。

3. 左右のペダルを組み立てる

①側板を水平に上げる。

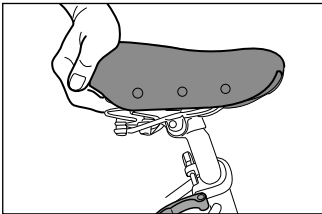
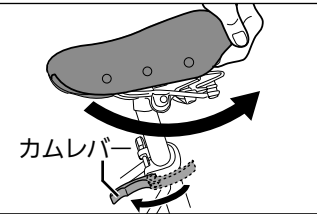
②側板を「カチッ」と音がするまで上にあげます。

■側板と本体の間に指を入れない

指や手をはさんでけがをするおそれがあります。

■組立後はがたつきがないか点検する

踏み外して転倒によるけがのおそれがあります。

4. サドルの位置を調整する

①サドルを支え持ちながらカムレバーを起こし、サドルを前方向に回転させます。

②セットナットを回転させ、固定の強さを調整する。

クイックシートピンでシートポストを固定するとき、カムレバーが、©の位置でシートポストの固定がゆるい場合はカムレバーをいったん起こし、セットナットを1/2～1回転締め込み、再度カムレバーを©の位置まで倒してください。

■カムレバーは、前方向に確実に倒す

固定が外れ、転倒によるけがのおそれがあります。

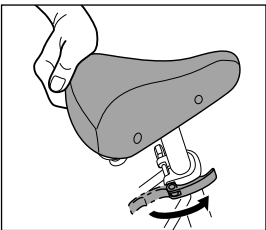
注意

■カムレバーを起こすときは、サドルを支え持つ

サドルが落下し、手や指をはさんでけがをするおそれがあります。

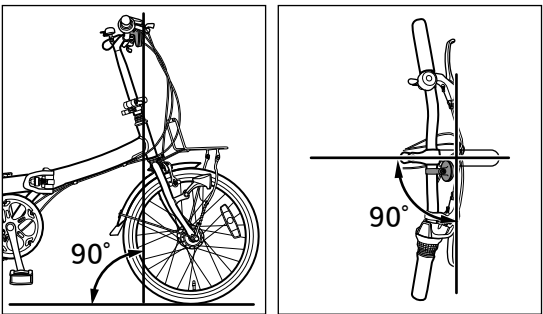
お願い

●カムレバーを倒すときの力は、カムレバーの先端を手のひらで力いっぱい押込んで倒せるくらいが正常です。重すぎる場合や軽すぎる場合はセットナットで調整してください。

③サドル前端が正しく進行方向を向く様、保持しながら、カムレバーを回転させずに、前方向に確実に倒す。

■調整後は必ずがたつきやずれがないか点検をする

シートポストが折れたり、固定が不安定になり、転倒によるけがのおそれがあります。

5. フロントリフレクターの角度を調整する

①反射面が地面及び前車輪に対して直角になっているか確認してください。

お願い

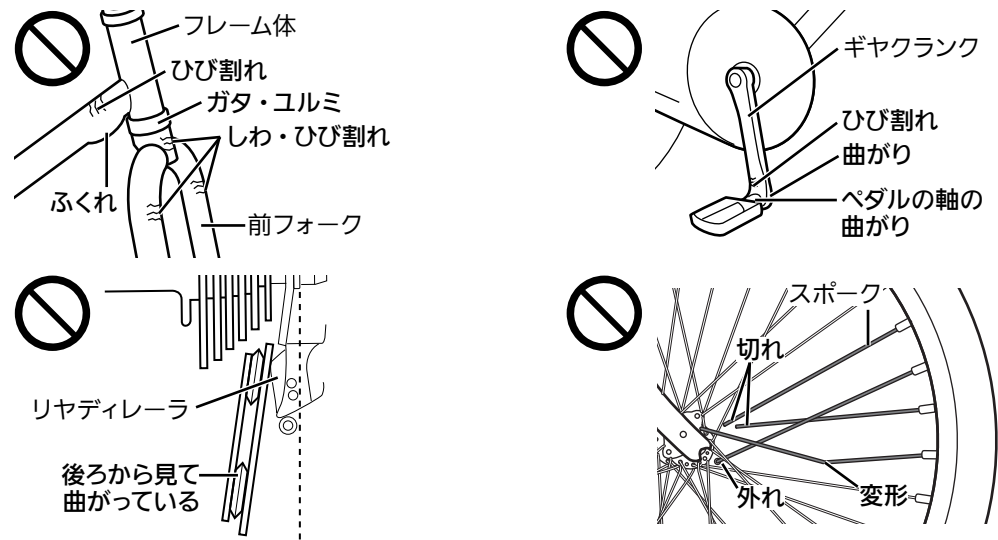
●直角になっていない場合は、販売店に調整をご依頼ください。

乗るまえの点検と調整(1)

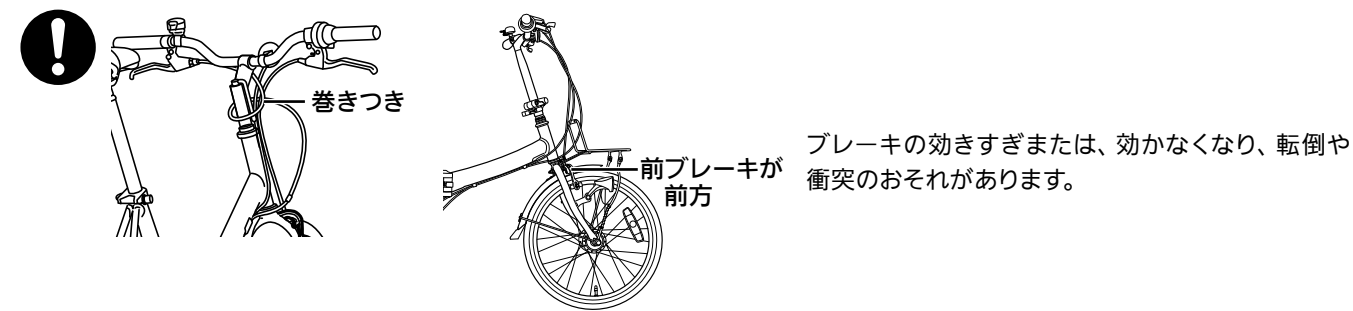
日常、必ず実施する習慣をつけましょう。

安全にご乗車いただくため、乗るまえにつぎの点検、調整と走行テストを実施する習慣をつけましょう。

⚠警告

■各部にガタやユルミおよび、変形・ひび割れ等があるときは乗らない

折れて転倒による、けがのおそれがあります。

- ●ひび割れや変形を見つけたら、すぐに乗るのを止めて、販売店で点検、交換をしてください。
- ●前フォークは衝突などの強い力を受けたとき、変形することによって乗員や車体への衝撃を和らげるように設計してあります。衝突や転倒など強い衝撃が加わった後は、前フォークに変形やひび割れなどの異常がないか点検してください。
- ●スポークが 1 本でも切れたまま使用を続けると、他のスポークに負担がかかり寿命が短くなります。切れたスポークは直ちに交換してください。できれば、すべてのスポークを交換されることをお勧めします。
- ●ハンドルを締め付けてもガタ・ユルミがあるときは、すぐに乗るのを止めて、販売店で点検をしてください。

■前車輪の方向およびブレーキワイヤや変速ワイヤが、ハンドルステムやフレームに巻きついていないかを確認する

ブレーキの効きすぎまたは、効かなくなり、転倒や衝突のおそれがあります。

■乗るまえの点検は、必ず実施する

事故や転倒によるけがのおそれがあります。

- ●前後ブレーキの効き、作動の点検をしてください。
- ●ハンドル・ハンドルステムが、確実に固定されているか点検してください。
- ●前後車輪が、確実に固定されているか点検してください。
- ●前後タイヤの空気圧が適正か点検してください。
- ●ワイヤ類（ブレーキ、変速機など）がたるんでいないか確認してください。

■点検で変形や曲がり、ひび割れなどの異常があったときは、乗車しない

事故や転倒によるけがのおそれがあります。

- ●異常があったときは販売店にご相談ください。

■自転車部品の点検（電源を切った状態で行ってください）

ジョイント部の固定
◎がたつきがないか？
◎クイックレバーは、クイックレバーフックに引っ掛かっているか？

クイックレバーフック
クイックレバー
固定ナット

サドル・シートポスト（☞ 16 ～ 17 ページ）

ベル
◎よく鳴るか？　◎固定は確実か？

ハンドル・ハンドルステム（☞ 16 ページ）

フロントリフレクター（☞ 16 ページ）

にぎり〈左・右〉
◎ひび割れはないか？
◎抜けないか？　◎回らないか？

ブレーキレバー〈前・後〉（☞ 18 ～ 19 ページ）
◎よく効くか？
◎ワイヤのさびやほつれはないか？
◎固定は確実か？　◎作動は円滑か？

ハンドル折りたたみ部
◎ハンドル折りたたみレバーは下がっているか？

前ブレーキ（ブレーキブロック）（☞ 18～19 ページ）
◎すりへっていないか？
◎異物は付いていないか？

発電ランプ（☞ 23 ページ）
◎点灯するか？　◎がたつきはないか？
◎取付角度は適切か？

スポークリフレクター
◎割れやがたつきは、ないか？

ハブナット
◎車輪にがたつきは、ないか？

ペダル・ギヤクランク
◎がたつきは、ないか？
◎ひび割れや曲がりはないか？
◎側板の固定は確実か？

ペダルリフレクター
◎割れやがたつき汚れは、ないか？

チェーン
◎空回りしないか？
◎小石等が挟まってないか？
◎歯飛びや異常な音（バリバリ音等）はないか？
◎油切れはしていないか？
◎たるみが大きくないか？

リヤディレーラ
◎後ろから見て曲がりはないか？

リヤリフレクター
◎割れや、汚れはないか？
◎反射面の角度は適切か？

90°　90°

車 輪〈前・後〉
◎リム……… 振れ、変形はないか？
◎スポーク… 曲がり、折れはないか？
◎ハブ……… がたつきはないか？
◎タイヤ…… 摩耗、切傷はないか？
異物は付いていないか？
空気圧は適正か？
（☞ 19 ページ）

乗るまえの点検と調整(2)

わからないときは、販売店にご相談ください。

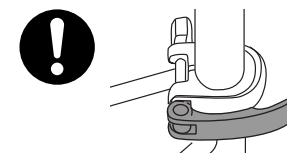
■サドルの高さ

◎上の押下げ限界標識が見えているか？
◎下の引上げ限界標識が、見えていないか？
◎シートポストの固定は確実か？
◎サドルに座って、両足のつま先が地面につくか？
◎ペダルをこぐとき、ひざがハンドルに当たらないか？

⚠警告

■上と下にあるはめ合せ限界標識の間で、調整する

■カムレバーは、前方向に確実に倒す

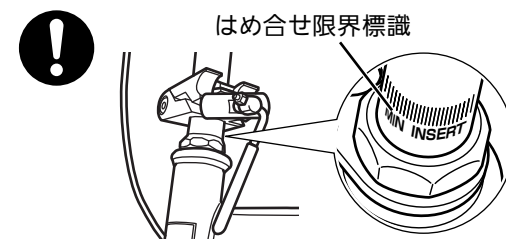
シートポストが折れたり、段差に引っ掛けて、転倒するおそれがあります。

■ハンドルの点検

◎固定は確実か？

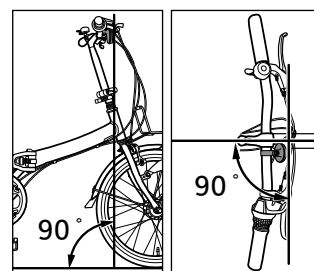
お知らせ

●ハンドルの高さは調整できません。

⚠警告

■ハンドルステムははめ合わせ限界標識が見えていないかを確認する

ハンドルステムが折れて転倒によるけがのおそれがあります。

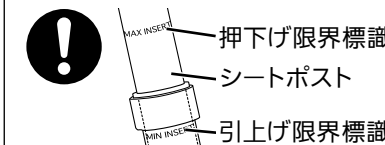
■フロントリフレクターの点検

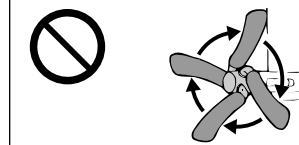
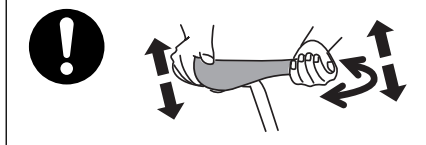
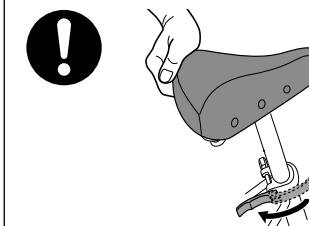
◎割れや、汚れはないか？
◎反射面の角度は適切か？

■サドルの調整

⚠警告

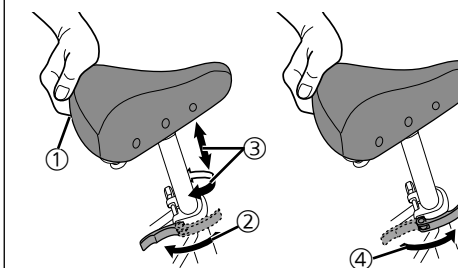
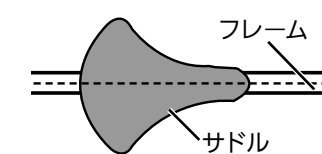
■上と下にあるはめ合せ限界標識の間で、調整する

■カムレバーを回転させて締めつけない

■調整後は必ずがたつきやずれがないか点検をする

シートポストが折れたり、カム機構が動かなくなって転倒によるけがのおそれがあります。

⚠注意

■カムレバーを起こすときは、サドルを支え持つ

サドルが落下し、手や指をはさんでけがをするおそれがあります。

●高さと向きの調整

①サドルを支え持つ。
②カムレバーを後方向に起こす
③サドルの高さと向きを調整する。
④カムレバーを倒す。

●正しい方向

フレームと平行に合わせる。

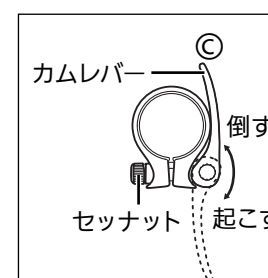
●正しい角度

サドルの上面と地面を平行にする。

お願い

●角度の調整は販売店にご依頼ください。

●カムレバーの調整

※シートピンの固定の調整は、カムレバーを起こして、セットナットを回転させて行ってください。

クイックシートピンでシートポストを固定するとき、カムレバーが、Ⓒの位置でシートポストの固定がゆるい場合はカムレバーをいったん起こし、セットナットを1/2～1回転締め込み、再度カムレバーをⒸの位置まで倒してください。

■ブレーキの調整(販売店に依頼してください)

⚠警告

■ブレーキレバーの遊びが大きいままや、小さいままで走行しない

ブレーキが効かなくなったり、効き過ぎたりすることがあり、転倒や衝突によるけがのおそれがあります。
●ブレーキが効かないときやブレーキレバーの遊びが不適切なときは、すぐに販売店で点検を受けてください。

■ロックナットは確実に締め付ける

ブレーキの調整が狂い転倒や衝突によるけがのおそれがあります。

■ローラーブレーキグリスの補給には、必ずローラーブレーキ専用グリスを使用する

制動力が低下し、転倒や衝突によるけがのおそれがあります。
●補給する目安は1回約5 gです。販売店でローラーブレーキ専用グリス(当社品番：NBP002)を補給してください。

■音鳴りがしたり、ブレーキの効きが強すぎる場合は使用しない

転倒や衝突によるけがのおそれがあります。
●すぐに販売店で点検を受けてください。

⚠注意

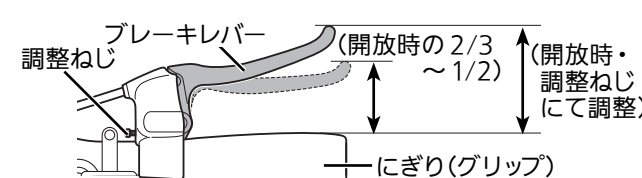
■走行直後は、ブレーキ部に手を触れない

接触禁止

ブレーキ部が高温になり、やけどの原因になります。

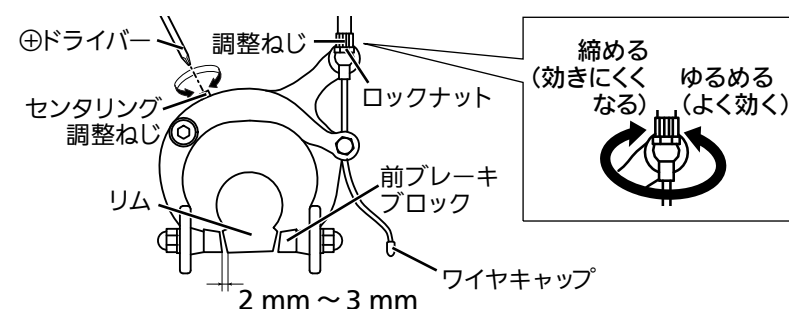
※下記はブレーキの調整ねじを使用した応急的な調整方法です。販売店でブレーキワイヤを張り直すなど、点検・再調整を行ってください。

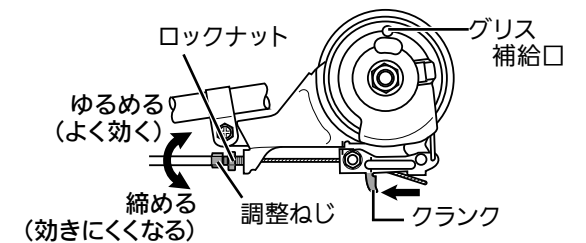
●ブレーキレバーとグリップの間隔

ブレーキレバーとグリップの間隔は、開放時の2/3～1/2の位置で、ブレーキが効きだすように、調整する。

お願い

●上記の調整範囲は目安です。調整後は必ずブレーキテストをしてください。

●前ブレーキ

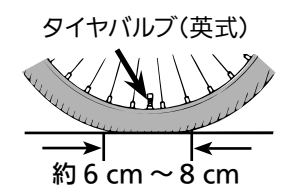
①ロックナットをゆるめる。
②調整ねじを回す。
③センタリング調整ねじで、リムと前ブレーキブロックのすき間が左右均等になるように調整する。
④走行してブレーキの効きを確認する。
⑤調整ねじがゆるまないよう、ロックナットを適正締付トルクで締め付ける。
締付トルク：1 N•m～2 N•m {10 kgf•cm～20 kgf•cm}

●後ブレーキ(ローラーブレーキ)

①ロックナットをゆるめる。
②クランクを押しながら、調整ねじを回す。
③ブレーキの効きを確認する。
④調整ねじがゆるまないよう、ロックナットを適正締付トルクで締め付ける。
締付トルク：1 N•m～2 N•m {10 kgf•cm～20 kgf•cm}

お願い

●確実な制動力を得るために、通常1～2年に1回程度は販売店でローラーブレーキ専用グリスを補給してください。
●ブレーキ調整が不適切な場合、ブレーキが効き過ぎたり、逆に効かないことがあります。また、使用によるなじみや摩耗で、ブレーキの効き具合が変わります。ブレーキが効きにくい場合は、販売店で点検を受けてください。

■空気圧の調整(前後のタイヤ)

●適正な空気圧

自転車に乗った状態で接地部の長さが、約6 cm～8 cm程度が、適正です。
圧力計のついたポンプでは、空気圧の測定が可能です。
300 kPa～450 kPa{3.0 kgf/cm^2～4.5 kgf/cm^2}が適正です。

お知らせ

●長期間使用しない場合は、空気圧は自然に減ります。
●タイヤバルブの型式は、英式です。

●空気の入れ方

自転車用のポンプを使って空気を入れます。

■タイヤについて

お願い

●走行前にタイヤに異物が刺さっていないか点検してください。パンクやタイヤ・リムを損傷させる原因になります。
●タイヤの空気圧は300kPa{3.0kgf/cm^2}未満では使用しないでください。タイヤのひび割れ、偏摩耗やパンクの原因になります。
●ストーブなどの熱源の近くに置かないでください。
●ガソリン・有機溶剤・油類が付着したときは、すぐふき取ってください。

正しい取扱い方法(1)

わからないときは、販売店にご相談ください。

■変速のしかた(外装 6 段変速)

⚠警告

■スピードをだしすぎない

標準常用速度
10 km/h ～ 15 km/h

衝突や転倒による事故の原因になります。

■漕ぐ力を抜いて、ペダルを空転気味に軽く回転させながら変速操作をする

間違った変速操作をすると事故や故障の原因になります。
●初めて変速機を使われる人は、よく練習してください。

■次のような変速はしない

●ペダルを止めたままの変速
●停止しているときの変速
●ペダルを逆転させながらの変速
●ペダルを強く踏みこみながらの変速
●シフトグリップを無理に操作する変速
●一度に 2 段以上上する変速

事故や故障の原因になります。

●シフトグリップ表示とギヤの位置

●右グリップ(後変速機／6 段)

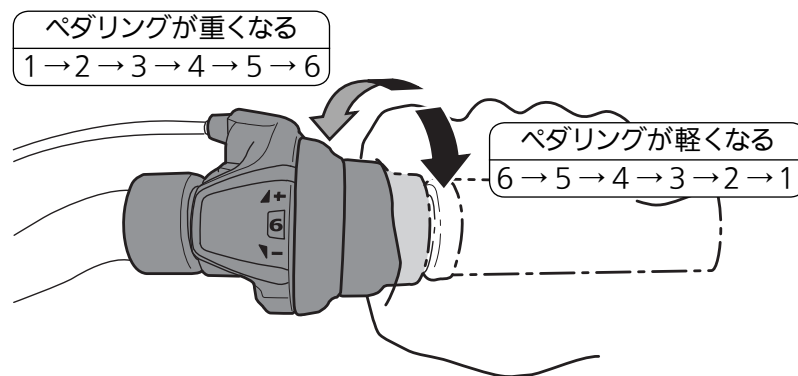
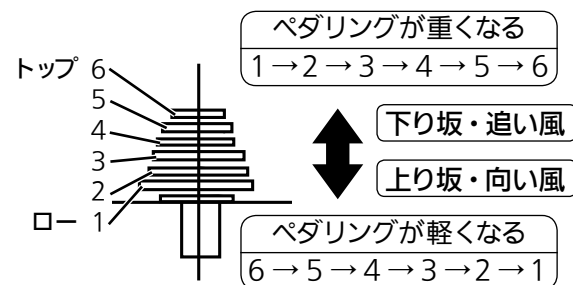
ペダリングが重くなる
1→2→3→4→5→6

ペダリングが軽くなる
6→5→4→3→2→1

●後ギヤ(後変速機／6 段)

ペダリングが重くなる
1→2→3→4→5→6

下り坂・追い風
上り坂・向い風

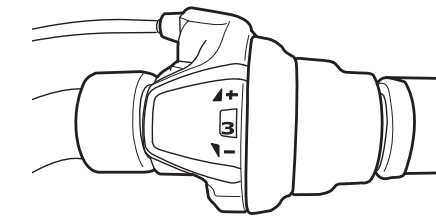
ペダリングが軽くなる
6→5→4→3→2→1

お願い

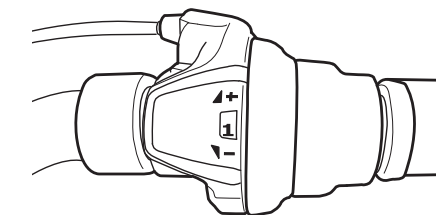
●変速操作は、よく練習してください。
●シフトグリップを無理に回す変速はしないでください。
(変速機を傷める原因になります。)
●変速するときは、足を止めるか踏む力を抜いてください。

■変速機の上手な使いかた

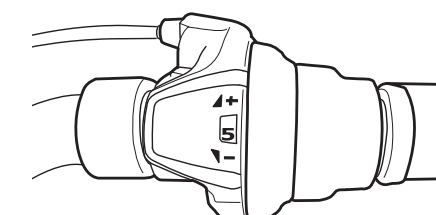
(標準的な変速位置を示していますが、自分の体調や脚力にあわせ、適切な変速位置をお選びください。)

平地を走るとき

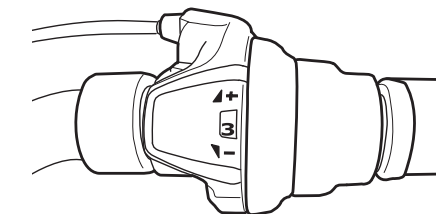
3 または 4 の位置にあわせる。

上り坂のとき

坂の手前で…
1 または 2 の位置にあわせる。

●急な坂道のとき
⇒降りて押す。

下り坂のとき

坂の手前で…
5 または 6 の位置にあわせる。

●急な坂道のとき
⇒降りて押す。

停止するとき

停止する手前で…
3 または 4 の位置にあわせる。

次の発進が楽になります。
●後ブレーキを先にかける。

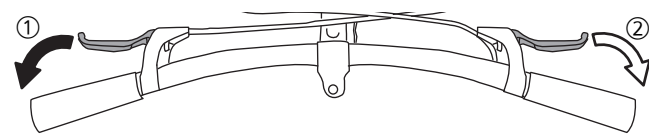
■ブレーキのかけかた

⚠警告

■雨天時や下り坂ではスピードを出さない

制動距離が長くなり、スリップしやすいため、衝突や転倒によるけがのおそれがあります。

■前ブレーキだけを強くかけない

車輪がロックし、自転車が前方に転倒し、けがのおそれがあります。

①後ブレーキを先にかけてから
②前ブレーキをかける。

お願い

●急な坂道のときは、降りて押してください。
●下り坂のときは、適時ブレーキをかけながら速度がですぎないように走行してください。
●下り坂の手前では、ブレーキテストを行ってください。
●急ブレーキをかけなくてもよいように、いつも前方に注意してください。

■フロントキャリヤの取扱い

⚠注意

■直接荷物を積まない

不安定でバランスを崩し、転倒によるけがのおそれがあります。
●当社純正オプションバスケットを装着してください。

■発電ランプの取扱い（サイド LED ビームランプ）

⚠警告

■発電ランプの取付がゆるんだまま、走行しない

スポークに巻き込まれ、転倒によるけがのおそれがあります。

■夜間や視界の悪いときは無灯火で乗らない

衝突や転倒によるけがのおそれがあります。
●発電ランプがつかないときは、押して歩いてください。無灯火での夜間乗車は、法令違反になります。

■走りながら、切替スイッチの操作をしない

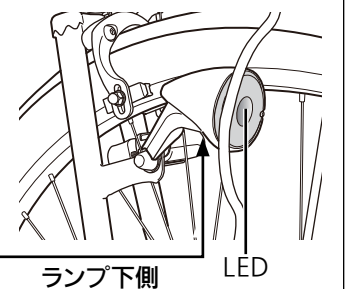
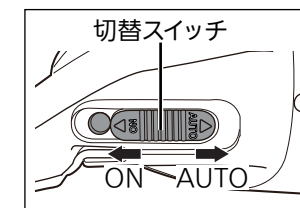
衝突や転倒によるけがのおそれがあります。

●サイド LED ビームランプの特長

発電機が車輪に組み込まれているハブダイナモ式発電ランプで、LED を搭載しています。

・切替スイッチ AUTO…センサーが周囲の明るさを感知して自動的に点灯し、停止すると消灯します。

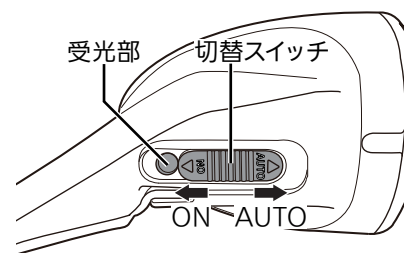
・切替スイッチ ON……昼夜を問わず走行時は常に点灯します。

押し歩き時では、フラッシング照射（点滅）します。

お知らせ

●内部の LED は交換できません。

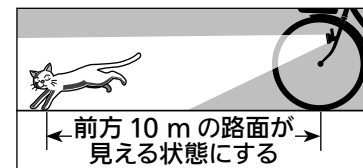
お願い

● LED を、無理に取り外したり、分解しないでください。本体が壊れる原因になります。
●故障したときは、販売店にご相談ください。

●点灯確認のしかた

切替スイッチを ON にして前車輪を回転させて、点灯することを確認してください。
確認後は、お好みに応じて切替スイッチを AUTO にしてください。

お願い

●切替スイッチが AUTO の場合、受光部が汚れたときは、柔らかい布でふき取ってください。受光部が汚れていますと、センサーが誤作動を起こす場合があります。

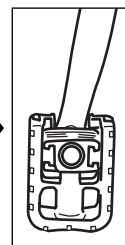
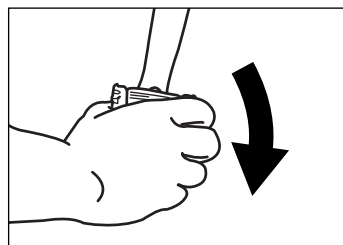
●照らす位置

お願い

●角度の調整は販売店にご相談ください。

1. ペダルを折りたたむ

①側板の外側を持って、本体に押し付ける。

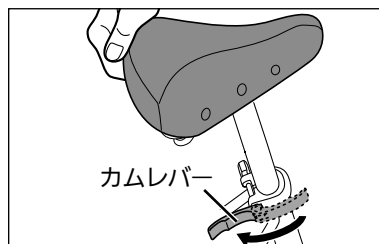
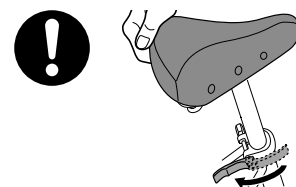
②側板を押し付けながら、下方向に側板を下げる。

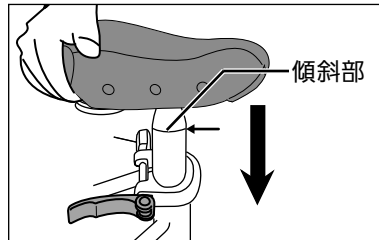
⚠注意

■側板の外側を持って作業する

手や指をはさんでけがをするおそれがあります。

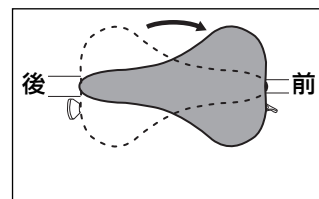
2. サドルを下げる

①サドルを支え持ちながらカムレバーを起こす。

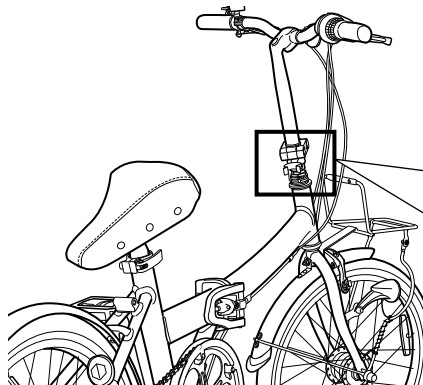
⚠注意

■カムレバーを起こすときは、サドルを支え持つ

サドルが落下し、手や指をはさんでけがをするおそれがあります。

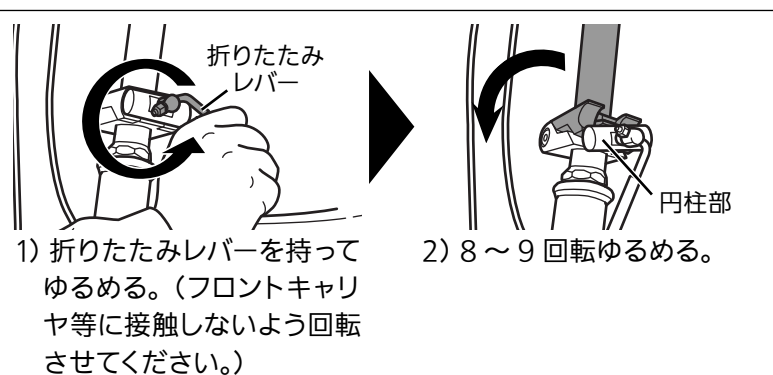
②サドルを下げる。

お願い

●シートポストの先端が、折りたたみ後の接地部となりますので、傾斜部が立パイプにかかる所まで、下げてください。

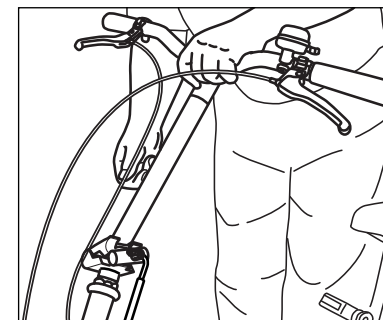
③サドルを後方に回転させ、カムレバーを回転させずに前方向に確実に倒す。

3. ハンドルを折りたたむ

①折りたたみレバーを持ち上げ、反時計方向に回転させてゆるめる。

⚠警告

■ジョイント部分を持って折りたたまない

指や手をはさんでけがをするおそれがあります。

1) 折りたたみレバーを持ってゆるめる。(フロントキャリヤ等に接触しないよう回転させてください。)

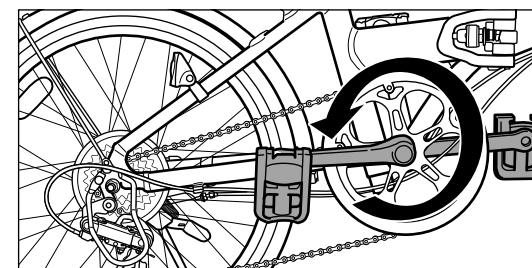
2) 8～9 回転ゆるめる。

②ハンドルを折りたたむ。

お願い

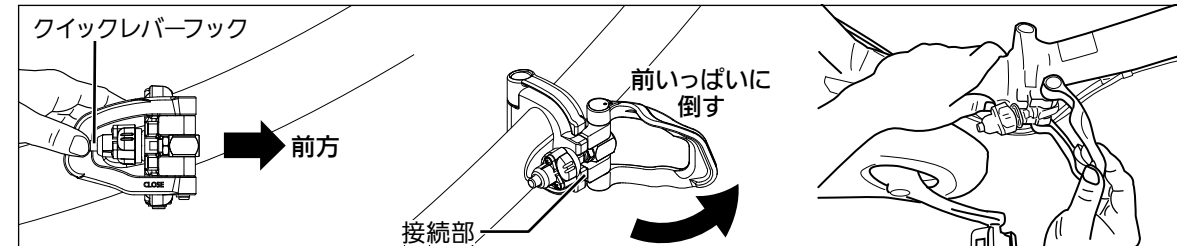
●ハンドルを折りたたむとき、ブレーキワイヤがジョイント部等に引っ掛からないようご注意ください。
●ハンドルを折りたたんだ後、折りたたみレバーを最後まで締め付けてください。

4. 車両本体(車体部)を折りたたむ

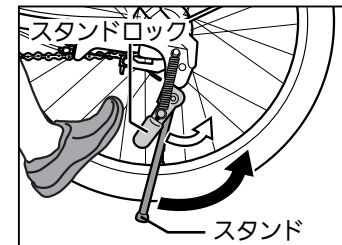
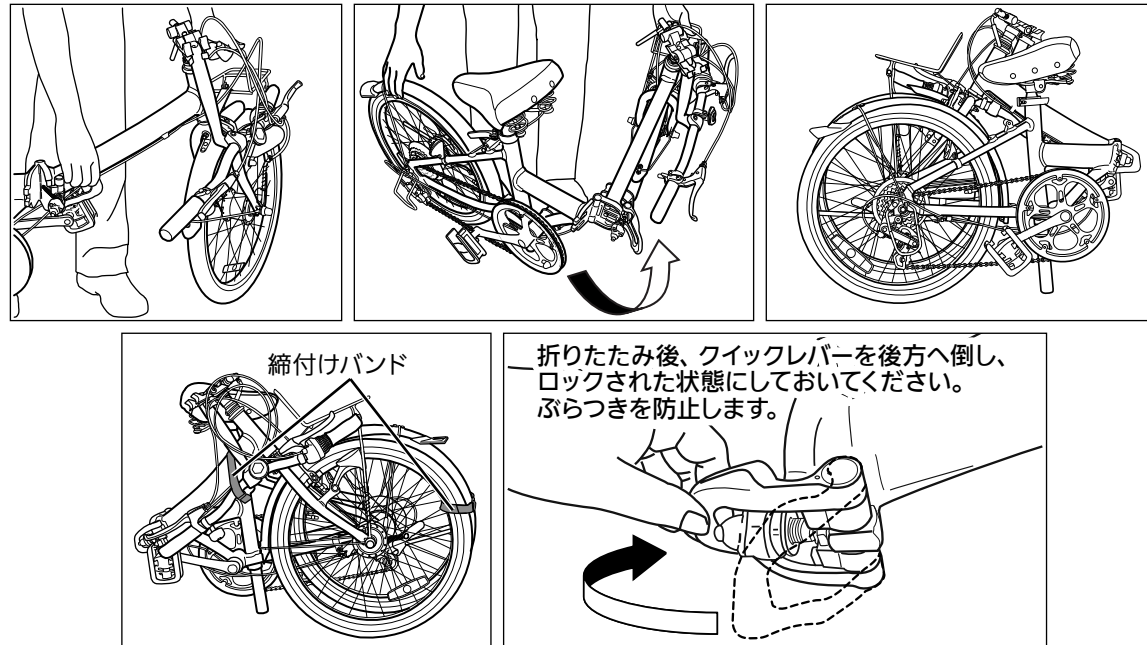
①右側のペダルが後方になるように、ギヤクランクを回転する。

⚠警告

■ジョイント部分を持って折りたたまない

指や手をはさんでけがをするおそれがあります。

②クイックレバーフック(ボタン)を押しながら、クイックレバーを進行方向(前方)へ倒す。

お知らせ

●クイックレバーを前いっぱいに倒すと固定ナットはレバーと連動して引き出されます。
●接続部に少しでも隙間があると、固定ナットが引き出しにくくなります。

③スタンドを上げる。

④自転車の前半分を反時計方向に回転させて折りたたみ、前後の車輪とハンドルを付属の締付けバンド（2 本）で結束する。

お願い

●前後の車輪が平行になるように、結束してください。
●折りたたんだ状態での持ち運びは、自転車を両手でしっかり持ち、周囲の人、物に十分注意して行ってください。
●前後の車輪とハンドルを結束する締付バンドは長さが均等になるように締め付けてください。とめしろが少なくなると外れやすくなります。

保 管 ／ 廃 棄

■ 保管場所は、

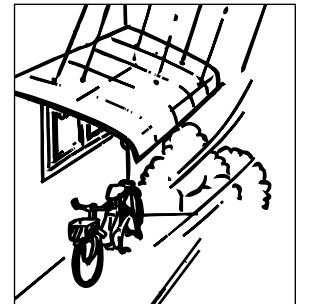
●安定のよいところ、直射日光が当りにくいところ、雨がかかりにくい場所に保管してください。
●雨がかかるところでは、市販の「サイクルカバー」のご使用をおすすめします。
※長期保管後、再使用される場合は、販売店で点検・調整のうえ、ご使用ください。

■廃棄するときは、

●自転車を廃棄するときは、お住まいの地域のルールに従ってください。

■タイヤの管理

●空気を適正空気圧まで入れてください。（☞ 19 ページ）

乗りかた
必要なとき

お手入れ／注油について

お手入れ

■日常のお手入れ

●乾いた布やブラシで、泥や土、ほこりを落としてください。
●がんこな汚れには、台所用洗剤(中性)を薄めてご使用ください。

■汚れがひどいとき

●水洗いし乾燥させた後、各部に注油してください。
●注油禁止場所には注油しないでください。(☞ 29 ページ)

■塗装部(フレーム体など)

●乾いた布でよく磨き、自動車用のワックスをかけ、乾いた布でふき取ってください。

■めっき部(ハブなど)

●乾いた布でよくふいたあと、「さび止め油」か「ミシン油」でふき、余分な油をふき取ってください。

■樹脂部(ペダルなど)

●乾いた布でほこりをとってください。

■湿気の多い所や海岸沿いでのお手入れ

●さびやすいので、お手入れの回数を、多くしてください。

■ アルミリム使用車

●雨天走行後は、前リム側面のブレーキブロック接触面の砂や泥をふき取ってください。(黒く変色するのを防ぎます。)

お願い

●シンナー等の有機溶剤は、使用しないでください。(塗装がはげたり、樹脂製部品が浸食されます。)
●サドルには、ワックスをかけないでください。(座ったとき衣服が汚れたり、すべります。)

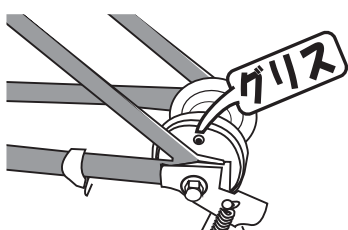
注油について

⚠警告

■リムやブレーキブロック(ゴム部)には、油をつけない

注油禁止

■ブレーキグリスの補給には、ローラーブレーキ専用グリスを使用する

ブレーキが効かなくなり、衝突や転倒によるけがのおそれがあります。

注油場所と注油禁止場所

 このマークは、注油場所を示します。

 このマークは、注油禁止場所を示します。

お願い

●油の種類は、必ず、自転車用油を使用してください。(食用油などは、硬化するおそれがあります。)
●余分な油は、乾いた布でふき取ってください。

ブレーキレバー〈前・後〉：レバーの可動部とワイヤの固定部に注油。
※ブレーキレバーを握った状態で、注油。
(ワイヤがさびて、切れやすくなるのを防ぎます。)

前ブレーキ(ブレーキブロック)

タイヤ〈前・後〉：ついた油は、すぐふき取る。(ひび割れなど老化を防ぎます。)

リム〈前・後〉

後ブレーキ

お願い

●メンテナンスをする場合は専用グリスを使用してください。
(☞ 18 ～ 19 ページ)

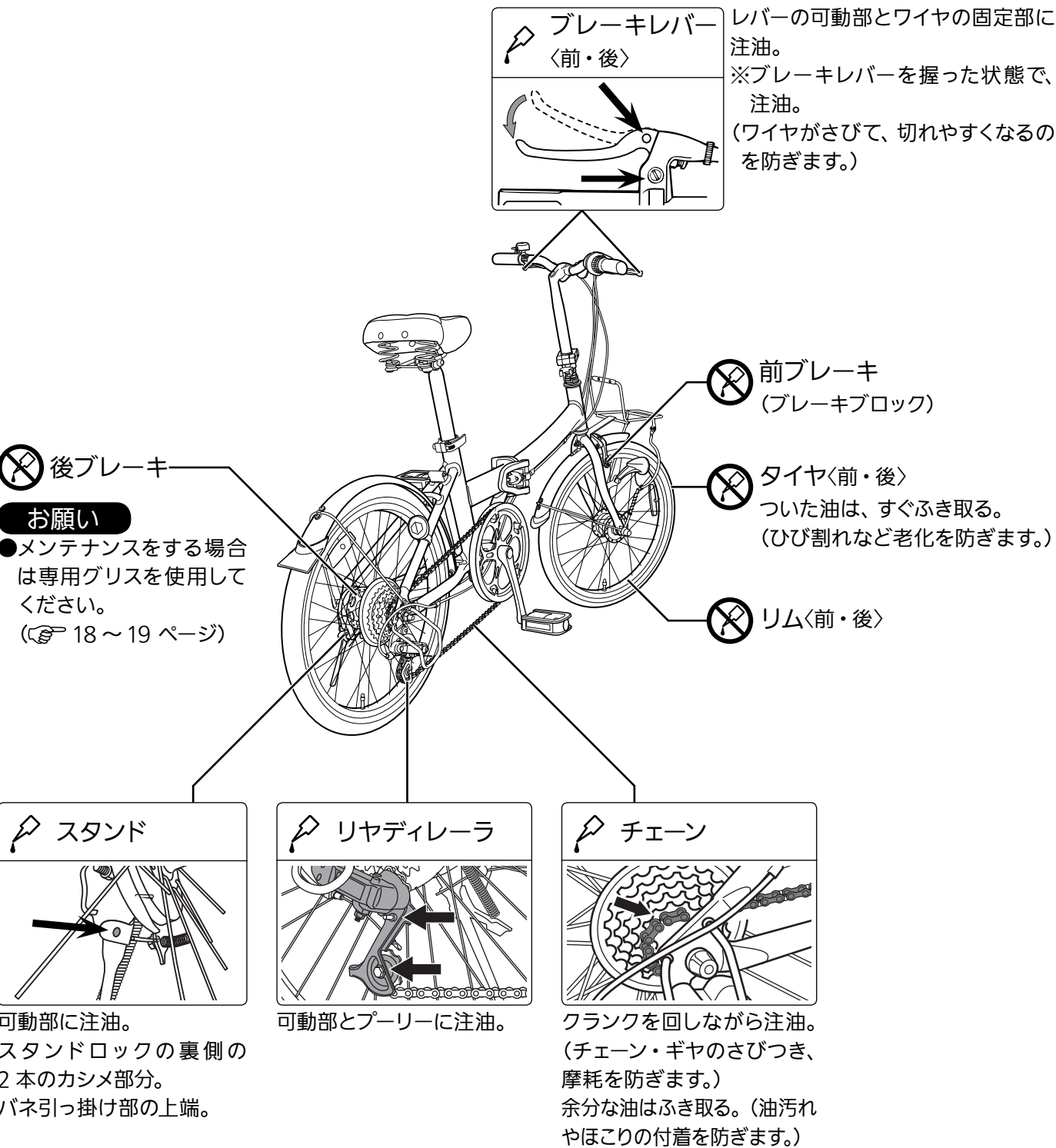
スタンド

可動部に注油。
スタンドロックの裏側の2本のカシメ部分。
バネ引っ掛け部の上端。

リヤディレーラ

可動部とプーリーに注油。

チェーン

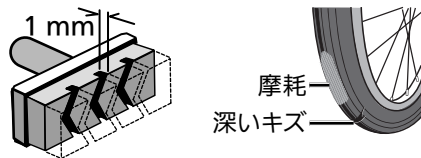
クランクを回しながら注油。
(チェーン・ギヤのさびつき、摩耗を防ぎます。)
余分な油はふき取る。(油汚れやほこりの付着を防ぎます。)

定期点検

⚠警告

■定期点検は、必ず実施する

異常や故障の発見がおくれ事故発生によるけがのおそれがあります。

■部品の交換は、次の基準で実施する

- ●ブレーキワイヤ・変速ワイヤは、異常がなくても 2 年に 1 回は、交換する。
- ●タイヤは、接地面(トレッド) の溝がなくなる前に交換する。
- ●ブレーキブロックは、溝の残りが、1 mmになる前に交換する。
- ●ブレーキブロックは、リムにあった純正ブレーキブロックに交換する。

ブレーキが効かなくなったり、スリップのため転倒によるけがのおそれがあります。

点検と整備は、自転車の大切な健康診断です。
いつまでも安全にお乗りいただくために、ご使用後初めての初回(2 ヵ月以内) 点検と、6 ヵ月毎の定期点検の実施をお願いします。(裏表紙の点検・整備チェックリストにて、実施をお願いします。)

●初回(2 ヵ月以内) の点検と整備

お買い上げ 2 ヵ月位のご使用で、各部にねじのゆるみが出ることがあります。
必ず、お買い求めの販売店または修理代行店で、自転車安全整備士、自転車技士(自転車組立整備士)、もしくはそれと同等の技術を有する者により点検・整備をお受けください。

● 2 回目以降(6 ヵ月毎) の点検と整備

安全にご愛用頂くため、必ず継続してお受けください。

盗難補償

盗難補償制度とは、自転車をお買い上げいただいたお客様を対象に、ご購入日より 1 年以内に盗難にあわれた場合、盗難車の希望小売価格(税込) の 60 パーセントで、盗難車と同タイプの新車をお買い求めいただくことができる制度です。制度の詳細は下記の通りです。

ご購入時、保証書のお客様欄に必要事項をご記入され、保証書のメーカー控(返送用) を返送日付をご記入の上、パナソニック サイクルテック保証書返送係にご返送いただいたお客様に限り、次の内容により盗難補償がうけられます。

(1) 盗難補償の期間と範囲

お買い上げの日から1年間以内の自転車(別売部品等を含む装着部品の盗難は除く) かつ、
盗難日より 90 日以内に申し込みいただいた場合に限ります。

(2) 盗難補償の申込み要領

万一、盗難にあわれた時は、自転車保証書と盗難にあった地区の警察署から交付を受けた証明になるもの(警察受理ナンバーまたは盗難届出証明書等)に、盗難車の希望小売価格(税込)の 60 パーセントの現金を添えて、お買い上げの販売店へお申し込みください。
追って、販売店から新車をお渡しします。

(3) 盗難補償できない場合

①施錠せず盗難にあった場合
②(2) の書類がそろわない場合
③補償期間が過ぎている場合
④盗難補償車が、再度、盗難にあった場合
⑤防犯登録がされてない場合
⑥盗難車が見つかり、返ってきた場合
⑦景品などの贈呈品の場合
⑧保証書のメーカー控 (返送用) が返送されていない場合

ご注意

●生産等の都合で、同タイプの自転車をお届けできない場合がありますことをご了承願います。
●新車をお渡しした時点より、盗難車の所有権は弊社に帰属します。

アフターサービス (修理を依頼されるとき)

●保証期間中は、 お買い上げの販売店が、保証書の規定に従って、修理させていただきます。
おそれいりますが、自転車に保証書を添えて、お買い上げの販売店までお持込みください。

●保証期間が過ぎた後は、 ▶ お買い上げの販売店にご相談ください。

自転車安全基準／BAAマーク

この自転車は（社）自転車協会が定めた自転車安全基準に基づく型式検査に合格した適合車です。

自 転 車 安 全 基 準

「自転車安全基準」は、（社）自転車協会がJIS（日本工業規格）をベースに、DIN（ドイツ規格）など海外の規格やヨーロッパの環境負荷物質に関する規制（RoHS指令）を踏まえて、消費者の安全第一と環境負荷の低減を目的として定めた基準です。

B A A マ ー ク

「BAAマーク」は、自転車安全基準に基づく型式検査に合格した適合車に、貼ることができるマークです。

「BAAマーク」は、自転車の立パイプに貼付されています。

※BAA=自転車協会認証-BICYCLE ASSOCIATION (JAPAN) APPROVED

オプション（別売部品）

取 付 け の ポ イ ン ト

●安全にご乗車いただくため、必ず当社の純正部品をご使用ください。
（当社の純正部品以外をご使用になり、不具合が生じた場合は、保証の対象外になります。）

●オプション部品の品番は都合により変更することがありますので、取付けの際に、販売店にご確認ください。
（掲載している品番は2010年3月現在のものです。）

●価格等詳細については、販売店にご相談ください。

リヤキャリヤ　NCR1251（黒電着）

※この自転車は幼児用座席を取り付けることはできません。

⚠警告

■積載条件から外れる荷物を積まない

幅　：リヤキャリヤの幅まで
長さ：リヤキャリヤの長さまで
高さ：リヤキャリヤから15cmまで
重さ：5 kgまで（クラス表示10）

バランスを崩したり、ブレーキの効きが悪くなり転倒によるけがのおそれがあります。

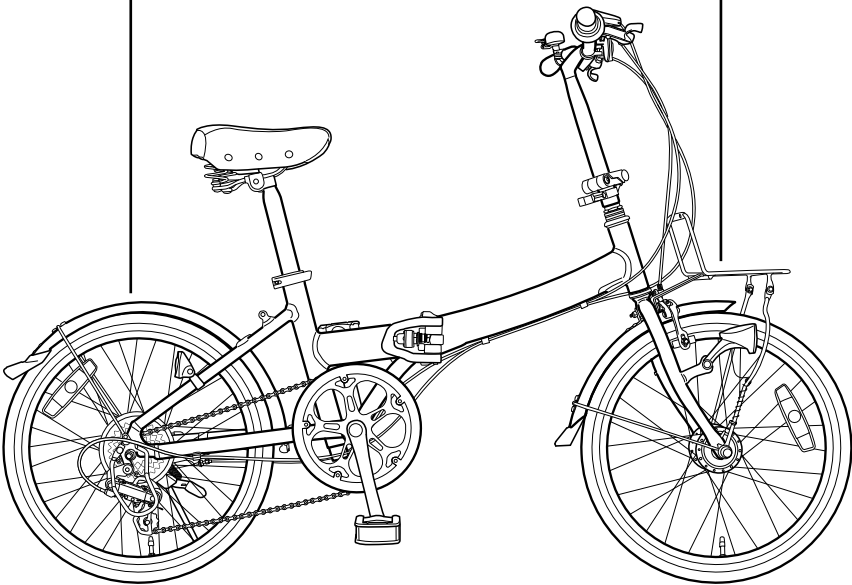
バスケット　NCB1664（シルバー）
NCB1796（黒）

⚠警告

■積載条件から外れる荷物を積まない

〈バスケット積載条件〉
●大きさ：バスケットにおさまる大きさ
●重　さ：2 kgまで

バランスを崩して、転倒によるけがのおそれがあります。

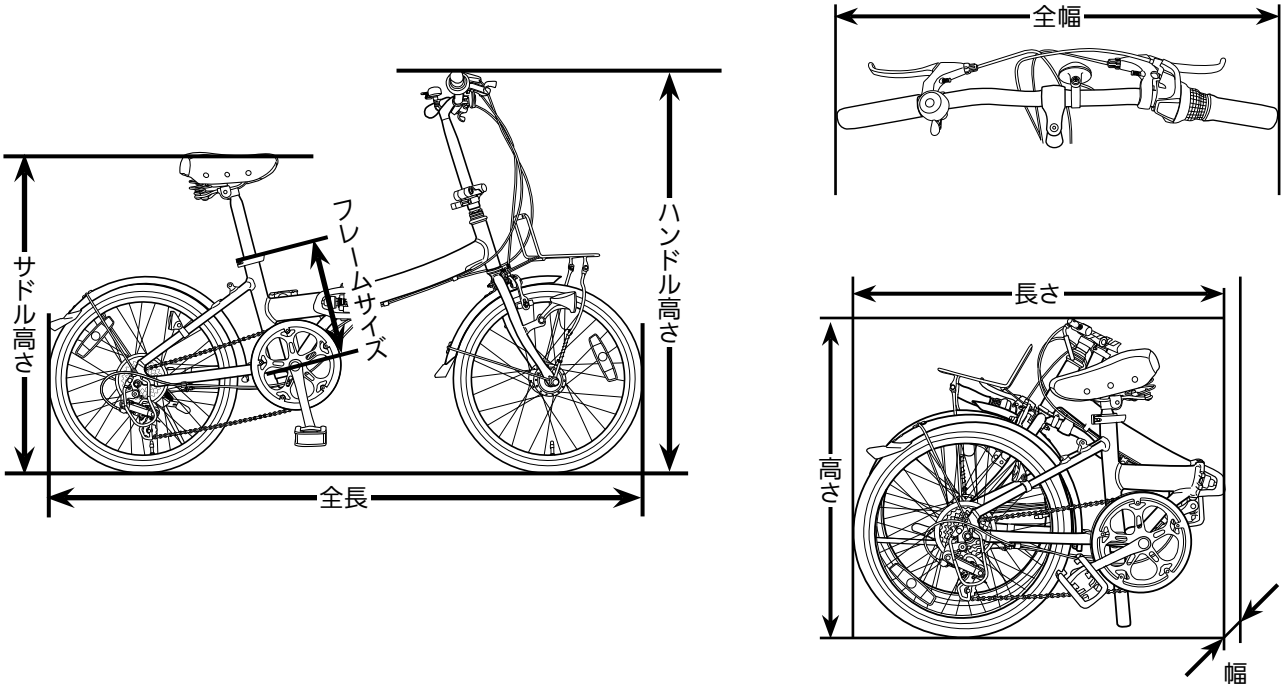
※オプションバスケットとリヤキャリヤを同時装着した場合、折りたたみ時の幅寸法は大きくなります。

輪行バッグ　NAR059

※オプションバスケット装着時は、輪行バッグにおさめることはできません。

仕　様

品　　番		B-BH063A
寸法	フレームサイズ	280 mm
	全　　長	1,518 mm
	全　　幅	570 mm
	ハンドル高さ	971 mm
	サドル高さ	771 mm 〜 930 mm
	折りたたみ時	高さ：680 mm 長さ：880 mm 幅　：480 mm
フレーム		折りたたみフレーム
フレーム材質		アルミ
ハンドル		折りたたみハンドル
前フォーク		スチール
ペダル		折りたたみペダル
ブレーキ（前後）		前：サイドプルブレーキ、後：ローラーブレーキ
変速機方式		外装 6 段
スタンド		一本スタンド
タイヤ（前後）		20 × 1.5 HE
リム		アルミ
付属品		ワイヤ錠（ダイヤル式）／締付けバンド（2 本）
質量		15.5 kg
乗車適応身長		140 cm 以上

●乗車適応身長は、個人差がありますので、目安としてください。
●寸法や質量は、部品のばらつきや仕様変更等により、誤差が生じる場合があります。
●この車種は、乗員体重を 65kg で基本設計いたしております。従って、著しくオーバーした体重の方が常用された場合は、消耗度合、劣化度合が大きくなります。

■寸法について

必要なとき

修理・取扱い・手入れなどは まず、お買い上げの販売店へ ご相談ください。

商品に関する、お客様ご相談窓口（営業時間／ 9:00 〜 20:00）年中無休

0120-781-603（フリーダイヤル）

※ IP 電話など、フリーダイヤルに接続できない場合は、以下の電話番号におかけください。

（072）977-1603（有料ダイヤル）

※取扱い店や展示店のご紹介など、販売店に関するご相談は、お住まい近くの支店相談窓口が承ります。

■支店相談窓口（営業時間／ 9:00 〜 17:00）土・日・祝日・弊社指定の休日を除く

東北地区（青森・岩手・福島・宮城）
東日本支店東北営業所　（022）382-7791

栃木・茨城地区
東日本支店北関東営業所　（028）652-5046

埼玉・群馬・新潟地区
東日本支店埼玉営業所　（048）723-5131

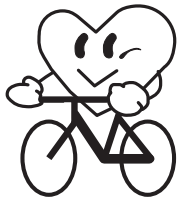
東京・千葉・神奈川・山梨地区
首都圏支店　（042）490-5545

中部・東海地区（愛知・静岡・岐阜）
中部支店　（0587）54-4111

近畿地区（大阪・兵庫・奈良）
近畿支店　（072）975-4100

中国・四国地区（中国・四国地方全域）
中国支店広島営業所　（082）870-7776

九州・沖縄地区（九州・沖縄地方全域）
九州支店福岡営業所　（092）671-8648

愛情点検　定期点検をし、安全走行をしましょう！

こんな症状はありませんか	●異常な音がする ●がたつきやゆるみ ●車輪の振れ ●ブレーキの効きが悪い	▶	ご使用中止	事故防止のため、必ず販売店に点検、整備を依頼してください。

便利メモ（おぼえのため、記入されると便利です。）

販売店名	
お買い上げ日	年　月　日
電話	（　）　―
品番	
車体番号	
キー番号	
防犯登録番号	

【ご相談におけるお客様に関する情報のお取り扱いについて】

パナソニック サイクルテック株式会社および関係会社（以下「当社」）は、お客様の個人情報をパナソニック製品に関するご相談対応や修理サービスなどに利用させていただきます。併せて、お問い合わせ内容を正確に把握するため、ご相談内容を録音させていただきます。また、折り返し電話をさせていただくときのために発信番号を通知いただいておりますので、ご了承願います。当社は、お客様の個人情報を適切に管理し、修理業務等を委託する場合や正当な理由がある場合を除き、第三者に個人情報を開示・提供いたしません。個人情報に関するお問い合わせは、ご相談いただきました窓口にご連絡ください。